

ಲೌಕಿಕ ಸುಖದ ಗೀಳಿನಲ್ಲಿ..

ಒಂದೆಡೆ ಪ್ರಪಂಚ ವೈಜ್ಞಾನಿಕವಾಗಿ ಅತ್ಯಂತ ವೇಗವಾಗಿ ಧಾವಿಸುತ್ತಿದೆ. ಇನ್ನೊಂದೆಡೆ ಅವೈಜ್ಞಾನಿಕ ವಿಚಾರಗಳು, ಅಂಧಶ್ರದ್ಧೆಗಳು, ಕುರುಡು ನಂಬಿಕೆಗಳು ವೇಗವಾಗಿ ವರ್ಧಿಸುತ್ತಿವೆ. ಇದು ಈ ಕಾಲದ ಅತಿದೊಡ್ಡ ವೈರುಧ್ಯ.

■ ಎಲ್.ಗಿರಿಜಾರಾಜ್

ಲೌಕಿಕ ಸುಖ, ಲೌಕಿಕ ಆಸೆ, ಆಮಿಷಗಳ ಬೆನ್ನಟ್ಟಿ ಬಳಲುತ್ತಿರುವವರ ಸಂಖ್ಯೆ ಇಂದು ಹೆಚ್ಚುತ್ತಿದೆ. ಮಹಾಪುರುಷರು, ಗುರುಗಳು, ಸಂತರು, ಪಂಡಿತರು, ಆಧ್ಯಾತ್ಮದ ಹರಿಕಾರರು, ಹರಿದಾಸರು, ವಚನಕಾರರು, ಚಿಂತಕರು ಬೋಧನೆಗಳನ್ನು ಮಾಡಿದ್ದಾರೆ. ಆಂತರಿಕ ಸುಧಾರಣೆ, ಆತ್ಮವಿಕಾಸ, ಔನ್ನತ್ಯಗಳ ಬಗ್ಗೆ ಮಾತನಾಡಿದ್ದಾರೆ. ಜನ ಅದನ್ನು ಶ್ರದ್ಧೆಯಿಂದ ಕೇಳಿಕೊಂಡು, ತಲೆಯಾಡಿಸಿ, ಯಥಾಪ್ರಕಾರ ಮತ್ತುದೇ ಲೌಕಿಕದ ದಾರಿಯಲ್ಲಿ ಸಾಗುತ್ತಲೇ ಇದ್ದಾರೆ. ಇದೊಂದು ವಿಪರ್ಯಾಸ.

ಆಧುನಿಕ ವೈಜ್ಞಾನಿಕ ಅವಿಷ್ಕಾರಗಳಿಂದಾಗಿ ಮನುಷ್ಯ ಶ್ರಮಜೀವನವಿಲ್ಲದೆ ಸೋಮಾರಿಯಾಗಿದ್ದಾನೆ. ದೈಹಿಕ ಶ್ರಮದಿಂದ ಮಾಡುವ ಕೆಲಸಗಳೆಲ್ಲ ಬಟ್ಟುಗಳನ್ನಷ್ಟೇ ಒತ್ತಿ ಕೂತಲ್ಲೇ ಪಡೆದುಕೊಳ್ಳುವಂತಾಗಿದೆ. ಯಂತ್ರದ ಮುಂದೆ ಕುಳಿತ ಅವನ ತಲೆ ಜಾಗ್ರತಾವಸ್ಥೆಯಲ್ಲಿ, ಚುರುಕಾಗಿ ಕೆಲಸ ಮಾಡಬೇಕಷ್ಟೆ!

ಶರೀರದ ಪ್ರಕೃತಿ ಧರ್ಮಕ್ಕೆ ವಿರುದ್ಧವಾದ ಐಶಾರಾಮದ ಜೀವನದಿಂದಾಗಿಯೇ ರೋಗರುಜಿನಗಳು ಹೆಚ್ಚುತ್ತಿವೆ. ಅನುಹ್ಯವಾದ, ಔಷಧಿ ಕಂಡು ಹಿಡಿಯಲಾಗದ, ವೈದ್ಯ ಜಗತ್ತಿಗೆ ಸವಾಲು ಎಸೆಯುವಂಥ ಖಾಯಿಲೆಗಳಿಗೆ, ಅಕಾಲ ನರೆ ಮತ್ತು ವೃದ್ಧಾಪ್ಯಗಳಿಗೆ ಮನುಷ್ಯ ಸ್ವತಃ ಆಹ್ವಾನ ನೀಡಿದಂತಾಗಿದೆ.

ಶರೀರ ಬದುಕಿರಲು ಪ್ರಾಣಾಧಾರವಾದ ಆಹಾರ ಸೇವಿಸಬೇಕು. ನಂತರವೂ ಕುಳಿತಲ್ಲೇ ಜಡ್ಡುಗಟ್ಟಿದಂತಿರದೆ ಮೈಬಗ್ಗಿಸಿ ದುಡಿಯಬೇಕು. ದಣಿವು ಪರಿಹಾರವಾಗಲು ವಿಶ್ರಾಂತಿಯೂ ಬೇಕು, ನಿದ್ರೆಯೂ ಬೇಕು, ವ್ಯಾಯಾಮವೂ ಬೇಕು. ಈ ಶರೀರ ಸ್ವಾಸ್ಥ್ಯ ತತ್ವಗಳನ್ನು ಆಲೋಪಧಿ, ಆಯುರ್ವೇದ, ಹೋಮಿಯೋ, ಯುನಾನಿ, ವೈದ್ಯಕೀಯ ಶಾಸ್ತ್ರಗಳೆಲ್ಲ ಸಾಕಷ್ಟು ಬೋಧಿಸಿವೆ. ಆದರೂ ನಮಗದರ ಅರಿವೇ ಇಲ್ಲದಂತೆ, ಶರೀರವನ್ನು ನಮಗೆ ಬೇಕಾದಂತೆ ಅಪಘ್ನಕ್ಕೆ ಒಡ್ಡುತ್ತೇವೆ.

ಕೆಲವರು 'ನಾವು ಚೆನ್ನಾಗಿರಬೇಕು ಎಂದರೆ ಮೂರು ಹೊತ್ತೂ ಚೆನ್ನಾಗಿ ತಿನ್ನಬೇಕು' ಎಂಬ ಹುಂಬತನಕ್ಕೆ ಬಿದ್ದಿದ್ದಾರೆ. ಜಿಹ್ವಾ ಚಾಪಲ್ಯವೊಂದೇ ಮುಖ್ಯವಾಗಿ, ಜಿಹ್ವಾಭರಿತ ಸ್ವಾದಿಷ್ಟ ಖಾದ್ಯಗಳಿಗೆ ಮರುಳಾಗಿ, ಮಿತಿಮೀರಿ ಆಹಾರ ಸೇವಿಸಿ ರೋಗಗಳ ಆಗರವಾಗುತ್ತಿದ್ದಾರೆ. ಹಿರಿಯರು ರೂಪಿಸಿರುವ ಜನಪ್ರಿಯ ಗಾಂಧಿ ನೋಡಿ- 'ಒಪ್ಪೊತ್ತುಂಡುವ ಯೋಗಿ, ಎರಡೊತ್ತುಂಡುವ ಭೋಗಿ, ಮೂರೊತ್ತುಂಡುವ ರೋಗಿ, ನಾಲ್ಕೊತ್ತುಂಡುವನ



ಹೊತ್ತೊಂಡೋಗಿ'

ಇತ್ತೀಚೆಗೆ ಚಿಕ್ಕ ವಯಸ್ಸಿನಲ್ಲೇ ರಕ್ತದ ಅಧಿಕ ಒತ್ತಡ, ಮಧುಮೇಹ, ಕ್ಯಾನ್ಸರ್ ಮುಂತಾಗಿ ಅಸೌಖ್ಯ ಬರುತ್ತಿರುವುದರಿಂದ ಕೆಲವರಿಗೆ ಆರೋಗ್ಯದ ಕಾಳಜಿ ಹೆಚ್ಚಾಗಿದೆ ಎನ್ನುವುದು ನಿಜ. ಯೋಗ, ಧ್ಯಾನ, ವ್ಯಾಯಾಮ, ಹವಾ ವಿಹಾರಗಳ ಕಡೆ ಜನರು ಧಾವಿಸುತ್ತಿದ್ದಾರೆ. ಆದರೆ 'ತುಂಬ ಹೊತ್ತು ವ್ಯಾಯಾಮ ಮಾಡಿದೆ, ಅಯ್ಯೋ ಹೊಟ್ಟೆ ಹಸಿಯುತ್ತಿದೆ' ಎಂದು ಅಮಿತವಾಗಿ ತುತ್ತಿನ ಚೀಲಕ್ಕೆ ತುರುಕಿದರೆ, ಮತ್ತೆ ಮಾಡಿದ್ದೆಲ್ಲಾ ವ್ಯರ್ಥವಾಗುತ್ತದೆ.

ಲೌಕಿಕದ ಭೋಗಭಾಗ್ಯಗಳು ಬೆಳೆದಂತೆ ಹೆಣ್ಣಿನ ಕುರಿತ ಗಂಡಿನ ಭೋಗದ ಕಲ್ಪನೆಯೂ ಮಿತಿ ಮೀರುತ್ತಿದೆ. ಸಹೃದಯರ ಪ್ರಯತ್ನಗಳಿಂದ ಕಾನೂನುಗಳನ್ನು ಸಾಕಷ್ಟು ಕಠಿಣಗೊಳಿಸಿದ್ದರೂ, ಹೆಣ್ಣಿನ ಮೇಲೆ ಆಗುತ್ತಿರುವ ದೌರ್ಜನ್ಯ ಮತ್ತು ಲೈಂಗಿಕ ಶೋಷಣೆಗಳ ಸಂಖ್ಯೆ ಕಡಿಮೆಯಾಗಿಲ್ಲ.

ಪರಿಸರದ ಮೇಲಿನ ಮನುಷ್ಯನ ದೌರ್ಜನ್ಯವೂ ಮುಂದುವರಿದಿದೆ. ಓರ್ಮೋನ್ ರಕ್ತ ಕವಚದಲ್ಲಿ ದೊಡ್ಡ ರಂಧ್ರಗಳು ಗೋಚರಿಸುತ್ತಿರುವುದನ್ನು ವಿಜ್ಞಾನಿಗಳು ಧೃಢಪಡಿಸಿ ಎಚ್ಚರಿಕೆ ನೀಡಿದ್ದರೂ, ಕಾರ್ಬನ್ ಕಡಿಮೆ ಮಾಡುವ ಸಂಘಟಿತ ಯತ್ನಗಳು ನಡೆಯುತ್ತಿಲ್ಲ. ಕರಗದ, ಮಣ್ಣೊಳಗೆ ಕೊಳೆಯದ, ಸುಟ್ಟರೆ ವಿಷಾನಿಲವಾಗಿ ಕಾಡುವ ಪ್ಲಾಸ್ಟಿಕ್ ಬಳಕೆ ದೊಡ್ಡ ಸಮಸ್ಯೆಯಾಗಿದೆ. ಪದಾರ್ಥಗಳನ್ನು ತರಲು ಅಂಗಡಿಗಳಿಗೆ ಹೋಗುವುದಕ್ಕೆ ಬಟ್ಟೆಯ ಚೀಲಗಳನ್ನು ಬಳಸಬೇಕೆಂದು ಸರ್ಕಾರ ಕಾಯಿದೆ ಮಾಡಿದೆ. ಆದರೂ, ಕೆಲವರಿಗೆ